



## **Week-end 1 :**

- 1) Historique de la méthode Mézières
- 2) L'observation princeps
- 3) Les règles fondamentales
- 4) Les compensations
- 5) Les réflexes à priori et à postériori
- 6) Le bilan morpho statique comparatif avec mesures
- 7) Déroulement d'une séance type
- 8) Atelier pratique de la méthode Mézières

## **Week-end 2 :**

- 1) Les chaînes musculaires selon Françoise Mézières
- 2) Description des autres chaînes musculaires selon les auteurs
- 3) Les dysmorphismes
- 4) La respiration
- 5) Physiologie de l'étirement musculaire
- 6) Anatomie du rachis
- 7) Atelier pratique de la méthode Mézières

## **Week-end 3 :**

- 1) Bio mécanique de la posture
- 2) La statique et la dynamique
- 3) Anatomie palpatoire du membre supérieur
- 4) Anatomie palpatoire du membre inférieur
- 5) Anatomie palpatoire du rachis
- 6) Anatomie palpatoire des viscères
- 7) Anatomie palpatoire de la tête et du cou
- 8) Atelier pratique de la méthode Mézières

## **Week-end 4 :**

- 1) Anatomopathologie
- 2) Correction des dysmorphismes du membre supérieur
- 3) Correction des dysmorphismes du membre inférieur
- 4) Correction des dysmorphismes du rachis
- 5) Correction des dysmorphismes de la tête et du cou
- 6) Les techniques de facilitation
- 7) Atelier pratique de la méthode Mézières



## **Week-end 5 :**

- 1) Le pied et ses pathologies
- 2) Le diaphragme et ses pathologies
- 3) Le psoas et ses pathologies
- 4) Le périnée et ses pathologies
- 5) Les indications
- 6) Les contre-indications
- 7) Atelier pratique de la méthode Mézières

## **Week-end 6 :**

- 1) Le traitement des différentes pathologies du membre supérieur
- 2) Le traitement des différentes pathologies du membre inférieur
- 3) Le traitement des différentes pathologies du rachis
- 4) Le traitement des différentes pathologies de la tête et du cou
- 5) Le traitement des différentes pathologies viscérales
- 6) Le traitement des différentes pathologies respiratoires
- 7) Le traitement des différentes pathologies périnéales
- 8) Atelier pratique de la méthode Mézières

## **Week-end 7 :**

- 1) Le bilan somato-émotionnel
- 2) Traitement clinique de cas concrets
- 3) Conseils et prophylaxie à donner au patient
- 4) Présentation du mémoire
- 5) Remise des certificats de formation à la méthode Mézières